

簡約與優雅



[簡約與優雅_下载链接1](#)

著者:宮朵拉．托賽

出版者:世潮出版有限公司

出版时间:2017-2-3

装帧:平装

isbn:9789862590454

旅居日本的巴黎女人

告訴你法國女人的迷人關鍵字

你不必成為法國女人

但你可以充滿自信，擁有法式的簡約與優雅

誰說年輕才能貌美，人老就會珠黃？

法國女人二十歲青春洋溢，三十歲韻味迷人，

四十歲成熟智慧，五十歲坦然自在，六七十歲仍舊風姿綽約，

每個年齡層都值得細細品味。

老去，從來不是法國女人擔心的問題，

她們是越陳越香的葡萄酒，用成熟韻味引人入勝。

淬鍊時光深處的優雅

法國女人的迷人關鍵字

●活得隨心所欲

老去，從來不是法國女人擔心的問題，用心對待生活、討好自己，才是真正的美麗。

●永遠當個女人

法國女人即使為人妻、為人母，也會保有私人空間，隨時隨地製造浪漫、保持性感。

●簡約典雅的生活方式

法國女人不迷信名牌，時尚不是盲目跟流行，適合自己最重要。

●不要吝嗇把愛說出口

天天和伴侶互訴愛意，能夠活化細胞，是最有創造力的一件事。

●與伴侶互叫暱稱

可愛的暱稱，是你們的愛情暗號，但千萬不要把「孩子的爸」「孩子的媽」當成暱稱！

讀者推薦

亞馬遜讀者★★★★★好評推薦

——「我也想與伴侶互相稱呼『我的寶物』！」

——「從全球的角度來看，讓你能夠重新檢視自己。並把這個時代需要的關鍵字如『自我主張』、『以自我為中心』等，用簡單易懂的方式說明。」

——「年紀大的女人真的能夠保持美麗嗎？看完這本書你也會認同！」

作者介绍:

宮朵拉・托賽 (Dora Tauzin)

散文作家，國際記者。出生於巴黎，土生土長的巴黎女郎。巴黎第四大學及巴黎政治學院畢業。曾於聯合國總部宣傳部任職，1992年開始擔任NHK電視台「法語會話」主持人，歷時5年。曾任慶應義塾大學講師，現為Institut français東京、ACADEMIE DU VIN講師，並透過電視節目、演講、寫作等各領域活動，積極擔任日本與法國間的溝通橋樑。著有《朵拉看東京外國人時尚》、《東京小巴黎完美城區生活》、《為妳實現心願的Dora朵拉貓》、《當媽媽不如當女人》、《巴黎女郎派享受當下的自我革命》、《巴黎女郎的巴黎20區散步》。2009年7月，因將日本文化推廣至海外有功，接受日本政府文化廳文化發信部門首長表揚。

個人網站：<http://www.doratauzin.net>

Facebook：www.facebook.com/dora.tauzin.official

目录: 前言

女人和美味的葡萄酒一樣，越陳越香

Chapitre 1

活得隨心所欲

年齡愈大，妳就愈自由

有了智慧，更了解自己

展現自我最能感到幸福

為自己，而不是為別人而活

保有女孩的純真

與其「羨慕」不如「嚮往」

以自己的幸福為最優先

別害怕，試著邁出第一步

猶豫不決時，按照自己的喜好來決定

「沒做過」的事情請先「試試看」

獨處就是面對自己的時間

試著離開人群

幽默感讓人生更輕鬆

Chapitre 2

永遠當個女人

巴黎女人非常在意別人怎麼看自己

女人終其一生都要性感迷人

女人需要小小的奢侈

混搭比名牌更有魅力

簡約典雅是一輩子實用的穿衣風格

姿勢比節食更重要

不擦香水的女人沒有未來

用五分鐘化好妝

像呼吸一樣常說「我愛你」

小草莓、小兔子，妳和他的愛情暗號

戀人間的小驚喜

Chapitre 3

簡約優雅的生活方式

牛角麵包是週末在床上享用的美食

熱量高但不會發胖的飲食

人生不能沒有葡萄酒

肌膚保養採取「單一豪華主義」

戴一頂奧黛麗赫本風格的帽子
買束花回家
放空腦袋，動手做事
每週放假一次，不當「妻子」和「媽媽」
放個長假，找回自我
不用花錢也能享受的奢侈
別在意年齡
後記
從年齡的桎梏中解放，就能真正愛上自己的人生
．．．．．(收起)

[簡約與優雅_下载链接1](#)

标签

生活指导

生活

恋爱

女性

评论

从26岁起恐老，这样三四年过去了，突然从容了，甚至觉得这样是更好的。感谢作者的总结、感谢译者的分享、也感谢自己在背包很重的情况下依然在诚品选择了本书就是它。值得推荐，我会二次阅读。最后，希望女性朋友都不恐老，且一起优雅地变老。

[簡約與優雅_下载链接1](#)

书评

簡約與優雅_下载链接1